

|             |                                               |           |       |
|-------------|-----------------------------------------------|-----------|-------|
| Детский сад | МДОУ детский сад "Берёзка" пос. им.М.Горького |           |       |
|             |                                               | Ясли/Сад  |       |
| Прием пищи  | Блюдо                                         | Выход, гр | Белки |
| Завтрак     | Каша манная молочная жидкая                   | 150/200   | 2.90  |
|             | Масло сливочное                               | 5/7       | 0.06  |
|             | Хлеб пшеничный                                | 30/40     | 1.98  |
|             | Кофейный напиток на молоке                    | 150/180   | 3.6   |
| Завтрак2    | Сок фруктовый                                 | 150/180   | 0.75  |
| Обед        | Салат из огурцов с растительным маслом        | 30/50     | 0.22  |
|             | Суп из овощей                                 | 150/200   | 4.79  |
|             | Фрикадельки мясные                            | 50/70     | 8.36  |
|             | Макаронные изделия отварные с маслом          | 110/130   | 4.27  |
|             | Кисель                                        | 150/180   | 0     |
|             | Хлеб ржаной                                   | 30/40     | 1.08  |
| Полдник     | Винегрет с растительным маслом                | 30/50     | 0.88  |
|             | Хлеб пшеничный                                | 30/40     | 1.98  |
|             | Чай сладкий с лимоном                         | 150/180   | 0.15  |

|      |            |
|------|------------|
| День | 03.07.2025 |
|------|------------|

|      |          |              |
|------|----------|--------------|
| Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 3.58 | 14.28    | 101.41       |
| 3.08 | 0.08     | 28.3         |
| 0.27 | 11.4     | 59.7         |
| 3.96 | 12.46    | 100.82       |
| 0.15 | 15.15    | 69           |
| 2.13 | 0.68     | 22.66        |
| 5.59 | 8.75     | 104.18       |
| 6.86 | 2.66     | 106.58       |
| 2.44 | 29.19    | 143.65       |
| 0    | 0        | 0            |
| 0.27 | 9.36     | 44.55        |
| 1.58 | 3.79     | 32.89        |
| 0.27 | 11.4     | 59.7         |
| 0.03 | 6.96     | 29.83        |